

Инсульт — не приговор

Инсульт — это тяжелый удар, но не окончательный приговор. Так утверждают в центре психологической поддержки семьи *RenaissanceS*, где организован клуб психологической помощи перенесшим инсульт и их родственникам.

- Идея клуба родилась спонтанно, — рассказывает директор *RenaissanceS* Людмила Лозовская. — К нам в центр зашла моя давняя знакомая Марина Павловна. Много лет назад она была моим начальником. Настоящая женщина-лидер, руководитель от Бога, тонко чувствовавшая коллектив. И вот она рассказала, что два года назад перенесла инсульт, была прикована к инвалидному креслу, потеряла речь. Глядя на нее сегодняшнюю, я не могла в это поверить. И ведь она пришла не жаловаться, а поинтересоваться, как дела у нас в центре, не может ли она быть чем-то полезной. И мысль о клубе, который помог бы перенесшим инсульт вернуться к нормальной жизни, возникла сама собой.

...После инсульта важна не только медицинская реабилитация, но и психологическая. Когда человек из больницы возвращается домой, он остается наедине со своими проблемами. Хорошо тем, у кого семья, но и родные люди днем на работе, а вечером... ох, вечером надо еще собрать силы, чтобы душевно пообщаться.

- Ты всю жизнь бежал-бежал, и вдруг — стоп! — вспоминает сама Марина Павловна. — А все вокруг продолжают бежать дальше. Что делать? В клубе у нас сложилась команда из 14 человек: врачи, психологи, преподаватели и волонтеры. Мы быстро определились с задачами клуба. У этих людей остро стоит вопрос: на что внутри себя я теперь могу опереться? Для чего я теперь живу? Им нужно определиться с новыми ценностями в жизни. В этом мы и стараемся помочь.

Одна женщина, пришедшая в клуб, сказала: «После инсульта у меня были 10 лет заточения и одиночества. И даже если я сама не смогу к вам приходиться, но одно то, что кто-то подумал об этой теме, меня теперь греет и дает силы!»

- Наши занятия психологической поддержки проходят по два часа два раза в месяц, — продолжает Марина Павловна. — Мы договорились с одним бассейном, который бесплатно пускает членов нашего клуба поплавать. Там есть гидромассаж, тренер и врач, который отслеживает состояние здоровья наших людей до занятий и после. Мы очень благодарны человеку, который все это для нас сделал!

Программа существует исключительно благодаря поддержке энтузиастов как вне клуба, так и внутри него. На одной из встреч Володя, тоже инсультник, выпилил шутовину, чтобы распрямлять кисти рук. Они все примеряли ее друг другу, думали, как остальным такое же сделать. Эти люди постоянно готовы прийти друг другу на помощь.

Здесь же действует профессиональная авторская программа Ирины Трегубюк и Риты Балабановой «Мастерская памяти». Это очень ценная программа, так как работа мозга при инсульте нарушается. Теперь наши «студенты» могут отчасти восстановить память.

Автор: Светлана Дельфонцева

Источник: «Вести Сегодня», декабрь 2005, № 283